



## DESAFIOS MISTRALIS

Esse manual será seu guia durante a viagem. Um auxílio para que você possa realizar a travessia de forma segura e o mais confortável possível.

Os **DESAFIOS MISTRALIS** se caracterizam por longas e difíceis travessias. São muitos dias a bordo sem avistarmos terra, condições extremas de navegação, por vezes muito frio e uma alimentação muito aquém da desejável. Mas saibam que a recompensa é indescritível em palavras e as sensações que você irá viver poderão mudar o rumo da sua vida, para melhor é claro! Venha com a mente aberta para o desconhecido, para o novo e **sem frescuras**.

Poderemos nos afastar de terra até 600 milhas náuticas ou mais, ou seja, quase 6 dias de navegação até ao local mais próximo. Por isso, venha preparado para contar apenas com o auxílio de sua tripulação e do comandante Felipe Caire, que possui ampla experiência em situações de emergência. Também contaremos com suporte médico via telefone satelital. A bordo possuímos material de emergência para diversas eventualidades.

Pessoas com sérios problemas de saúde não deverão embarcar. Caso embarquem estarão assumindo o risco por livre escolha e em momento algum seremos os responsáveis por atos inconsequentes.

Ficaremos confinados dentro de um ambiente restrito, teremos que aprender a conviver com as diferenças e lidarmos com os principais inimigos do mundo atual: a **ansiedade** e o **imediatismo**. Não adianta ficar ansioso com a hora ou a data de chegada. Quando estamos no mar temos que curtir o momento de simplesmente **estarmos** no mar.

Todas nossas travessias tem como princípio básico o espírito de cooperação e equipe. Conosco você deverá fazer absolutamente todas as tarefas a bordo. Todas mesmo! Desde limpar o banheiro, a cozinhar e fazer os turnos.

A alimentação, o conforto e o bem estar cabem a você tanto de forma individual e coletiva. Ou seja, mantenha as coisas organizadas, seja companheiro, colabore e respeite a individualidade dos outros tripulantes.

Claro que todos têm suas limitações, converse com seu companheiro de turno e troquem funções. Você pode ser um péssimo cozinheiro, mas não significa que não saiba lavar a louça ou cooperar em outras tarefas.

Desejamos que você aproveite a travessia e que venha aberto a enfrentar esse desafio que **você** mesmo se propôs. Por isso, não nos culpe se estiver se sentindo desconfortável ou se o desafio foi maior que o esperado. Converse com nosso comandante Felipe Caire antes e vá se preparando espiritual e mentalmente. A condição física é importante, mas não restritiva. Mas a mente tem que estar preparada para as condições extremas.

Caso tenha qualquer dúvida o melhor é esclarecê-la antes do embarque. E durante a travessia, por favor, pergunte tudo, fale o que está sentindo. Mas tente entender o barco **antes de zarpamos**, veja onde acendem as luzes, como fecham os registros, onde ficam os alimentos, como funciona o banheiro, qual sua função a bordo, etc. PERGUNTE!



*Sua leitura é obrigatória e essencial. Pedimos a você que leia com atenção, carinho e cuidado esse texto.*

## **Manual de sobrevivência a bordo do Mistralis**

### **1. EQUIPAMENTOS DE SEGURANÇA**

Possuímos todos os materiais de segurança exigidos pela Marinha do Brasil e muitos outros, para salvuardarmos as vidas que encontram-se a bordo e para manter a segurança de nossa navegação.

- a) Coletes Salva-Vidas – encontram-se na popa.
- b) Fumígenos – encontram-se numa bolsa com outros objetos para serem usados em caso de emergência e ficam no armário de bombordo da popa, embaixo da cama lateral.
- c) Cintos de segurança – possuímos um cinto para cada tripulante. Caso você não esteja se sentindo confortável e seguro para subir ao convés, recomendamos que fique no interior do veleiro ou na área que apelidamos de “aquário” dentro do cockpit. Contudo, caso **necessite** subir leve junto o cinto de segurança e fique atento e preso na linha de vida.
- d) Uso do rádio – é **terminantemente PROIBIDO** o uso do rádio por qualquer tripulante. Exceto solicitado pelo comandante do veleiro.
- e) Telefone satelital – a bordo possuímos dois telefones que podem ser usados por nossos tripulantes em casos excepcionais. Sendo que cada ligação não deverá ultrapassar os 2 minutos e que o tripulante deverá pagar US\$ 5 por minuto.



## 2. EQUIPES

Dividiremos os tripulantes em equipes de duas ou três pessoas que se revezarão a cada 2 horas.

### **ATENÇÃO!**

Vale ressaltar que é **obrigação** da equipe que irá substituir o turno da outra já estar de prontidão no cockpit antes do término do turno, **no mínimo 5 minutos antes**. Para que possa haver troca de informações sobre as condições do mar, vento, correnteza e explicações extras que se façam necessárias. Não é da obrigação do comandante Caire passar as informações para cada equipe. As condições climáticas podem mudar e é de responsabilidade da equipe antecessora passar todos os dados para a próxima equipe. A chave da felicidade e paz da nossa travessia está na comunicação. Por isso: **COMUNIQUE-SE!**

É **indispensável** que todos tragam algumas caixas de **Dramin B6**. Nossa dica é o consumo de 1 caixa (30 comprimidos) a cada 5 dias.

## 3. ALIMENTAÇÃO

Nossa alimentação a bordo se resume a macarrão, arroz, comida desidratada (carne e cereais) e enlatados. Café da manhã com leite, cereais, torradas, ovos e frutas secas. Frutas da estação duram algum tempo e iremos levar o máximo que pudermos para termos comida fresca durante a travessia.

**Mantenha sempre tudo limpo, organizado e guardado em seu devido lugar. Antes de zarpamos conheça o barco!** Saiba onde ficam as panelas, os talheres, como limpá-los e como se comportar.

Se for cozinhar tome muito cuidado com água fervendo. No caso de mar muito agitado deixe essa função para pessoas mais experientes e safas. Mas lembre-se que poderemos ficar até alguns dias sem cozinhar em caso de condições muito extremas e que possa colocar em risco o cozinheiro (comandante nesse caso).

**Se não foi você quem deixou as coisas bagunçadas, aprenda a trabalhar em equipe e organize! Nem sempre a pessoa que deixou a bagunça o fez de propósito, ela poderia estar enjoada.**

**Água deve ser economizada ao máximo.** A louça deverá sempre ser lavada com água salgada, mesmo que essa esteja com temperatura quase no ponto de congelamento. Adapte-se as condições extremas e vá para fora ver a beleza onde você se encontra. Curta o *Desafio!*

Deixe no cockpit uma garrafa de água cheia após o seu turno. Encha a garrafa com a água que encontra-se na cozinha nos galões de 20 litros. *Evite desperdícios.*

No primeiro dia de travessia não cozinhamos para evitar enjojo.

## 3. ELETRICIDADE E AFINS

Todos devem trazer carregadores 12 volts para seus celulares e câmeras fotográficas.

É terminantemente proibido trazer inversor 127 AC para 12 DC.

A bordo possuímos um inversor de 3 mil watts, contudo ele só será ligado quando tivermos bastante claridade e nunca durante as travessias. Nosso inversor



poderá ser usado exclusivamente pelo comandante durante a navegação, já que utilizaremos um laptop para isso.

#### 4. BOTE INFLÁVEL, Balsa SALVA VIDAS E SALVAGUARDA

Todo ano realizamos 2 vistorias pela Marinha do Brasil, que inspecionam absolutamente tudo a bordo.

Nosso bote possui 3.0 metros e com ele faremos os desembarques na costa. Possuímos para o bote um motor Mercury 15 HP.

O material de salvatagem também é novo e sempre revisado (boia circular, facho holmes, coletes salva-vidas, fumígenos, extintores, etc).

Possuímos também 3 rádios VHF (sendo 2 portáteis), 1 SSB, duas sondas, 5 GPS e muitos outros eletrônicos que facilitam a navegação.

Nossa balsa salva vidas é CLASSE I e vistoriada todo ano.

#### 5. DORMITÓRIOS E ORGANIZAÇÃO INTERNA

Possuímos 1 cama de casal na popa que será dividida para duas pessoas, duas camas nas laterais, três camas no salão (sendo uma suspensa) e um camarote de proa para o comandante. Totalizando dormitórios para 9 pessoas ao mesmo tempo.

**ATENÇÃO! Jamais durma no cockpit ou no “aquário”!** São lugares reservados para as pessoas de turno, tanto quanto para realizamos as manobras e a navegação.

Todos deverão trazer saco de dormir e manter sua cama organizada. Eventualmente poderemos ter que mexer embaixo da cama para pegarmos algo. E isso sempre acontece em momentos de emergência, por isso **tudo** deve estar organizado.

##### ➤ **Luzes internas**

Os interruptores encontram-se no teto. Contudo, durante as trocas de turno você deverá tomar cuidado para não acordar os outros tripulantes. Para isso traga sua lanterna. Mas lembre-se de mantê-la abaixada e sempre com a menor intensidade. Jamais, **em hipótese alguma**, vá ao cockpit com a lanterna acesa pois isso poderá ofuscar bastante a visão de quem está no turno.

#### 6. BANHEIRO

Não aconselhamos a permanência durante as travessias com mar agitado. No embarque serão ministradas mais informações sobre a utilização dos banheiros, no interior e ao ar livre.

É terminantemente proibido o descarte de qualquer coisa que não tenha passado pelo sua boca na privada. Evite constrangimentos. **Caso você entupa o banheiro, saiba que você será o responsável pelo conserto do mesmo.**

Após o uso do banheiro é obrigatório fechar todos os registros para evitarmos um naufrágio ou alagamento.

#### 7. EMBARQUE



Pedimos que todos cheguem com no mínimo 24 horas de antecedência para se enturmarem, se adaptarem com o clima da região e irem conhecendo mais o veleiro Mistralis.

Não esqueçam que o embarque poderá acontecer depois do programado devido condições meteorológicas ou casos fortuitos.

**Todos devem ter em mente que durante os dias de travessia ficaremos sem comunicação com terra, só dependeremos de nós mesmos e da confiança recíproca.**

Não crie expectativas com seus amigos ou parentes quanto da data de chegada. As datas do fim de cada travessia são **estimadas** e poderemos até mesmo mudar o local de desembarque por motivos de segurança.

## 8. VESTIMENTA

Abaixo uma pequena lista de itens essenciais:

1. Roupa de tempo (jaqueta e macacão impermeáveis, 2 pares de luva, bota)
2. Saco de dormir e toalha de banho
3. 2 ou 3 mudas de roupa
4. Itens pessoais de higiene, filtro solar, óculos de sol, algumas caixas de Dramin B6 (para enjoo) e lenços umedecidos para a higiene pessoal.
5. Lanternas portáteis para serem utilizadas a noite e não atrapalhar o sono dos outros tripulantes. Use com educação sua lanterna e evite incomodar seus companheiros.
6. PARA O FRIO:
  - a. Segunda pele e 3 pares de meia calça fio 80 (exatamente isso que você está lendo: meia calça!)
  - b. 3 fleeces
  - c. 3 calças de moletom
  - d. 2 gorros
  - e. 4 pares de meia grossos
  - f. Óculos de proteção para o vento (tipo de motociclismo)

### **IMPORTANTÍSSIMO!!!**

**Caso você apareça para o embarque trazendo uma mala, mochila, bolsa ou qualquer coisa do gênero com rodinhas, você terá duas opções: deixá-la no porto ou embarcar sem ela.**

**ESSA É UMA MEDIDA DE SEGURANÇA, SE VOCÊ NÃO ESTIVER DE ACORDO NÃO TERÁ COMO EMBARCAR.**





Você usará pouquíssimas roupas durante a travessia e sua roupa de embarque deverá ser usada no desembarque.

**A sua mala será sua companheira de cama durante toda a viagem.** Ou seja, não temos espaço no interior do veleiro para sua mala. Ela ficará com você na sua cama, que já é pequena. Por isso, faça sua mala com muita moderação.

Venha ciente de que você não estará fazendo um passeio de barco ou um charter, você terá muito trabalho pela frente, vivenciará realmente como é a vida a bordo e terá a possibilidade de aprender a realizar uma travessia.

**Não deixe de tirar suas dúvidas o quanto antes, depois que zarpamos do Rio nosso contato é muito restrito e não teremos como solucionar suas eventuais dúvidas.**

#### 10. EM CASO DE EMERGÊNCIA:

- Todos deverão ir para o convés equipados com coletes salva-vidas, água potável, lanterna, roupa de tempo e esperarem o comandante tomar a decisão.
- A Equipe Mistralis estará concentrada em organizar o resgate. Um sinal de alerta será enviado para a Marinha do Brasil, bem como para nossa equipe em terra e para todas as embarcações ao nosso redor. **Isso nunca aconteceu!**

Bons ventos e ótima velejada!

Felipe Aristides Caire.

Atualizado em 12 de janeiro de 2016.